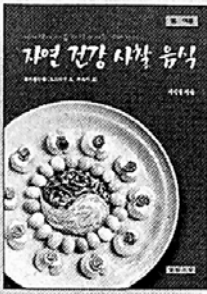


손쉬운 재료로 채식요리 358가지



육이다. 냉이, 숙, 민들레 등 봄나물부터 오이, 애호박, 가지 등의 여름 채소, 송이, 표고, 찌라비섯 등 가을 버섯과 연근, 무청, 시래기 등의 겨울 채소까지 사계절 재료를 이용한 요리를 소개하고 있다.

조리법은 네다섯 줄로 정리될 정도로 간단하다. 다만 우리가 생각하지 못했던 다양한 방법으로 음식을 만들 수 있다는

여러 소스와 국화기름, 녹차기름 등의 기름 만드는 법을 담았다.

궁중음식의 전통이 전해오던 외가의 영향으로 20대 중반에 조리사 자격증을 취득한 지은이는 사찰음식만을 고수하는 불교학자 남편을 만나 순수 채식위주의 건강음식을 연구하게 됐다고 한다. 30여년간 자신이 개발한 1000여 가지 음식의 조리법을 노트에 담아 놓은 지은

현대적 조리법 가미 사계절로 나눠 음식효능 동의보감 등서 별아 소개

점이 특이하다. 또한 천식과 만성 기관지염에 좋은 속 주스와 열을 내리고 부종을 없애주는 못나물 연근생채 등 음식의 효능을 <동의보감>과 <본초강목> 등에서 찾아 실고 이를 가장 효과적으로 먹는 법을 소개한다. 책 뒤에는 음식에 쓰이는 오미자 소스, 두부 찹쌀 소스 등

이제는 이번 책에 담지 못한 것들도 책으로 펴내고 '사찰 음식 전문 학원'을 개원해 그 비법을 이어갈 예정이다. 이 씨가 개발한 새송이 포와 표고버섯 또는 현재 특허출원 중이며, 앞으로 상품으로 만들 계획도 가지고 있다. 값 각 권 1만 9천원.

출판 담당= 여수령 기자 snoopy@buddhapia.com

자연 건강 사찰음식

이여영 지음

불가에서는 음식을 '육신을 지탱하는 약'으로 여긴다. 이런 정신을 담은 사찰음식이 일반인들 사이에서 '건강음식'으로 인기를 모으고 있지만 정작 집에서 사찰 음식을 즐기는 사람은 그리 많지 않다. 사찰 음식의 조리법이 생소하거나 재료를 구하기 힘들어 생각이 행동으로 옮겨지지 못하기 때문일 것이다.

한국사찰음식연구소를 운영하는 이여영 씨의 <자연 건강 사찰 음식>(열린

서원은 전통 사찰음식뿐 아니라 파인과 플라키워, 피망 등 주위에서 손쉽게 구할 수 있고 아이들도 즐겨 먹는 재료를 이용한 채식 요리 358가지를 선보였다. '일반인들도 쉽게 할 수 있는 순수 채식 요리법을 개발하는데 중점을 뒀다'는 지은이의 말처럼 어육류와 오신채를 쓰지 않는 전통 사찰음식의 특성을 살리면서도 현대적인 조리법을 더한 요리들을 봄·여름과 가을·겨울 두 권의 책으로

부처님 삶 이렇게 읽으세요

다큐멘터리 소설 붓다

유홍중



우루벨라 숲에서 나온 한 남자가 휘청거리는 걸음으로 강 쪽으로 가고 있다. 그는 너털거리는 누더기 승복을 걸치고 있고, 얼굴은 영양실조로

력과 영광을 헌신짝처럼 버리고 참담한 고행 길로 들어섰으며 왜 네라자나 강가에 쓰러져 있는 것일까? 우리들로서는 이해가 안 가는 대목이지만 그의 가슴속에는 위대한 영혼의 비밀이 은밀히 숨어있었다.

바로 그 이야기이다. 붓다가 품었던 위대한 야망은 무엇인가. 그래서 인간 붓다는 니르바나의 열반에 이르러까지 어떻게 살았으며 도대체 그의 깨우침이라는 것은 어떤 것인가. 이 책은 바로 그 점을 추적해서 쓴 다큐멘터리 소설이다.

내가 이 책에서 가장 중점을 둔 것은 '모

붓다의 대야망은 무엇이였을까

'존재와 무'의 의혹 경전통해 해결

미처 강물 가까이 가기도 전에 제 풀에 겨웠는지 모래 위에 벌렁 누워버린다. 너무 굶주리고 지쳐서 더 이상 꼼짝할 힘이 없기 때문이다. 그때 몇 마리의 새들이 이마 위를 가로질러 숲으로 날아간다.

든 경전은 붓다의 설법에서 나왔으며, 모든 설법은 붓다가 깨달은 것이다. 우리는 단지 그 깨달음에 쉽게 접근하는 방법을 찾아야 한다.'는 점이다. 그래서 이 책에 부제를 붙인다면 <초보자의 불교읽기>가 될 것이다. 이제 불교 초보자가 이 책을 읽고 조금이라도 붓다를 사랑하는 마음이 든다면 저자로서 그 이상 무엇을 바랄 것인가.

카필라 성의 부왕에 이어 왕권을 계승해야 할 왕세자가 무슨 이유로 그 막강한 권

부처님 생애

정각 스님 지음

모든 종교에 있어 창시자의 삶의 과정을 묘사한 내용들은 각각의 경전 곳곳에서 발견된다. 또한 경전 외경(外經)들에서는 그것들이 총괄적으로 정리, 어느 정도의 신뢰적 허구성과 인위성을 포함한 채 하나의 도그마(Dogma)로서 존속해 오기도 하다. 하나의 종교 체계를 성립시키기 위해 창시자의 생애를 한편의 기록으로 남긴다는 것. 이는 종교 생성의 필연적 요소 가운데 하나로 인식되어도 좋을 것이다.

이다. 13년 전, 필자는 송광사 강원에 머물며 중·고등부 학생회 지도법사를 맡았다. 학생들과 어울리며 그들 가슴에 불교적 감수성을 심어 주고자 나름대로 노력했던 당시 불교 입문자들이 쉽게 다가설 만한 책이 그리운



부처님께서 설하신 가르침 '팔만대장경'

학생회원들에 희망 주려 저술

내면의 감동과 교리 전달 피해

이 현존한다 하더라도 그것을 설하신 부처님에 대한 정확한 인식 내지 기록이 존재하지 않는다면 그것은 때때 없는 골체요, 그것을 대하는 우리의 인격성과는 결별된 공허한 이론일 것이다. 이런 측면에서 <불소행찬> 등에 담겨진 팔상록, 즉 부처님 생애와 교훈들은 인간적 모습의 불타상을 통해 인간의 도달 가능성으로서 불교 자체를 깊이 있고 예술성 있게 만들었던 것으로, 우리는 그것을 통해 불교에 대한 경외감과 창시자 붓다에 대한 무한한 존경심으로 나아갈 수 있을 것

에 띄지 않았으며, 부처님 생애와 관련된 책조차도 1종의 일본 번역본 및 2종의 편저본이었다. 나는 학생회 회원들에게 희망을 선물하고 싶었다. 그렇게 해서 한 달 만에 <부처님 생애>를 썼다. 인도의 Kallash Pustakalya 출판사에서 간행된 <Life of Buddha>를 저본 삼아 그 책의 빈약함과 기술된 내용의 여러 오류를 수정하면서도 짧은 분량 속에 내면의 감동과 교리의 전달을 동시에 피하고자 했다.

내일 오실 부처님

선용 지음



<내일 오실 부처님>(선용 지음, 선암사)은 부처님 열반 후 56억 7천만 년 뒤에 나타나 중생을 제도한다고 하는 미륵 부처님의 일대기를 담고 있다. 미륵부처님의 전생과 어린시절 이야기, 미륵정토인 도솔천에 가시기까지의 이야기를 엮었다. 책 뒤에는 여러 사람에게 일을 도와주겠다고 약속한 미륵이 한 날 한 시에 여러 명으로 불어나 발일을 해지우는 등, 민담 속이 나타나는 미륵 부처의 이야기 4편을 실었다. 값 6천원.

산중에서 길을 물었더니

서화동 지음 / 김형주 사진



<산중에서 길을 물었더니>(서화동 지음, 김형주 사진, 은행나무)는 우리시대 큰스님과의 산중 한담(山中閑談)이다. '한국경제신문' 종교담당 기자인 지은이가 '치열한 구도행과 실천적 삶을 통해 체득한

을 지도하고 있는 성수 스님에게서부터 현 조계종 중정인 법전 스님, 출가 이후 하루 점심 한 끼만 먹고 정좌불화를 실천하고 있는 성문사 조실 청화 스님, 계룡산 국제선원 무상사에서 외국인 남자들을 지도하는 대봉 스님 등 서른 세 명의 가르침이 담겨 있다. '육심과 집착을 털어낸 곳에 마음자리가 있다. 분별 말고 상(相)을 내지 말아야 한다. 끊임없이 하심(下心)해야 한다...' 등 큰스님의 가르침은 누구나 한 번쯤 들어본 말들이다. 하지만 이 가르침을 평생 실천하며 살아온 스님에게 그 울림은 더욱 커진다. 자연스러운 순간을 담은 사진 또한 스님의 가르침을 전하고 있다. 값 1만5천원.

법전 등 33 큰스님과의 산중한담

지해를 들기 위해' 불청객을 마다않고 곳곳을 찾아 들은 후 신문에 연재했던 법문들을 책으로 묶었다. 경남 함안군 안의면 황대마을에 선원을 세워 다중

한국의 사찰 현판 1

신대현 지음

사찰 한국석에 걸린 현판은 비록 시선이 가더라도 모두 한문으로 쓰여 있고 또 너무 높고 걸려 있어 쉽게 읽을 수 없다. <한국의 사찰 현판>(신대현 지음, 해안은 속초 신홍사와 김재 금산사, 영주 부석사 등 전국 44개 사찰에 전하는 현판과 그 속에 담긴 내용을 소개하고 있다.

스님이나 시주자 이름 그리고 중수기를 작성한 인물과 이름 등이 적혀 있다. 이를 통해 사찰의 중수·중건에 얽힌 이야기뿐 아니라 의공군의 주둔지였던 여천 홍국사의 '남장군 순절비'를 통해 일진왜란 시이

현판은 단순히 전각의 명칭만을 적은 편액과는 달리 대체로 긴 문장으로 이루어져 있으며, 주로 중수·중건에 관한 내용을 담고 있다. 일반적으로 현판의 구성은 맨앞에 '사찰' 또는 어떤 전각을 중건 또는 중수하면서 짓는 글'이라는 제목을 적고 그 다음으로 사찰의 위치 유래, 연혁, 사찰 또는 해당 전각을 수리하게 된 인연, 중수한

44개 사찰 현판에 담긴 내용 소개

순신 장군과 함께 해전에서 왜군을 물리친 남유 장군의 일대기를 펼쳐 보이기도 하는 등 사찰의 잘 알려지지 않은 역사와 연혁을 밝히고 있다. 값 1만2천원.



◇금주의 베스트블서 10

책방 역시인 집기

순위	도서명	저·편자	출판사
1	화(Anger)	터크 한	명진출판사
2	극락은 있다	관정	붓다의마음
3	달라이 라마의 행복록	류시화	김영사
4	회색고무신	윤정광	시공사
5	성철스님 시봉이야기1	원택	김영사
6	티베트 명상법	블루문들	두레
7	근본불교	이중표	민족사
8	그곳엔 부처도 갈 수 없다	김우현	현암사
9	보왕삼매경의강	김현준	효림
10	마음을 다스리는 티베트 명상법	조셉아르페야	지혜의 나무

도서 안내: (02)737-0695

깨달음으로 가는 외길 그곳엔 부처도 갈 수 없다

불교의 원리와 화엄경, 경장 經路와 선문답을 아울러 깨닫지 못한 누구라도 절대 경지를 엿보게 하는 책. 대충 지음! 값 15,000원 현암사 전화: 365-5051~6, 팩스: 313-2729

토종 오가피의 신비

— 재배자가 직접 만들어 화제 —

舊서원에서는 국가대표선수들에게 오가피를 복용시켜 올림픽 및 각종 국제대회에서 놀라운 성적을 거둔 바 있습니다. 그러나 그들이 복용했던 소련산 가시오가피는 그 유효성분이 우리나라 토종오가피의 25%에 불과했습니다. (노벨수상자인 독일 와그너박사의 논문에서...) 왜냐하면 오가피의 원산지가 우리나라이기 때문입니다.

● **용내닐수 없는 것이 있다!**
수신 토종오가피는 TV건강문화(i-TV 2000년 1월15일) KBS "6시 내고향", "나의 영농체험"에 출연한 20년간 오가피를 키워온 재배자 성광수씨가 직접 재배한 100% 국내산 토종오가피로 만듭니다. 가오가피나 수입 오가피로 만든 제품과 비교하지 마십시오.

● **무료로 보내드립니다.**
지금 전화하시면 오가피에 대한 보다 자세한 자료를 무료로 보내드립니다.

오가피건강상담 02)447-9114

부처님 말씀 · 깨침의 소리 불교성전

5년간의 준비끝에 새롭게 출간된 불교성전!

오랫동안 불교를 믿거나 공부하고도 교리를 이해하지 못한 불자나 초심자도 『불교성전』을 펼치는 순간 환희와 신심이 넘칠 것입니다. 지금은 종교도 무한 경쟁시대! 佛法을 바로 알아야 불교를 지킵니다.

중요 차례

○ 제 1 부 경전의 말씀	제 8 장 포 교 품	천수경 · 예불문 · 반야심경
제 1 장 서 품	제 9 장 구 경 품	관세음보살보문품
제 2 장 교리강령품	○ 제 2 부 간추린불교	원각경보안보살장
제 3 장 불 타 품	제 1 편 부 처 님	화엄경보현행원품
제 4 장 신 앙 품	제 2 편 가 르 침	부모은중경
제 5 장 업 연 품	제 3 편 수 도	법성계 · 무상계
제 6 장 자 치 품	제 4 편 교 단	기도발원문
제 7 장 대 치 품	○ 제 3 부 독송경 · 발원문	천도법어 · 찬불가

4×6판 최고급 호화급장 양장제본
70g 고급 미색 모조 600페이지 값 18,000원

전국 유명서점 및 불교서점에 있습니다.
법보시 및 단체주문시 특별인쇄 공급합니다.
계좌번호: 농협 053-01-102503 예금주: 김정길

弘法院 (02)739-8745~6